

AUTUMN

出倉弘子の



# 料理ライブ

出倉弘子の料理ライブとは、出倉弘子氏(料理研究家)の料理の作り方を見た後、試食しながら、食についての質問やなやみなどにお答えします。

残暑が厳しいこの時期ですが、野菜たっぷりメニューで、食卓を彩りましょう。福井の伝統野菜や地場産野菜で作ります。「料理ライブ」で旬の美味しさを味わって、料理のレパートリーもふやしましょう。



- メニュー (予定)
1. なすと豚肉の照り焼き丼 福
  2. 豚肉で無限ピーマン風 福
  3. かぼちゃスープ 福
  4. たまねぎの花揚げ
  5. セロリたっぷりチンジャオロース
  6. くちゅくちゅフルーツパフェ

福 ふるさとメニュー 福井県産の食材を使用、または福井の食文化や伝統と生かしたメニューです

# 9/9(日)

時間 14:00 ~ 16:00頃  
 場所 ハーツ学園 さくらルーム  
 参加費 1500円前後  
 必要な物 エプロン



お申込み・お問い合わせは



ふくい・くらしの研究所  
 TEL 0776-52-0626 FAX 0776-52-0660  
 メール kurashi\_00017@fukuicoop.or.jp  
 (福井市開発5丁目1603番地 県民生協本部センター内)  
 \*\* 出倉先生携帯 090-1390-2629

FAXでお申込みの場合、以下にご記入してご送信ください。

お名前 (ふりがな)	備考欄
電話番号	
住所 〒	